

PENGARUH PEMBERIAN PIJAT BAYI MENGGUNAKAN MINYAK KELAPA TERHADAP BERAT BADAN PADA BALITA STUNTING DI PUSKESMAS BANTARGADUNG

Kiki Yusika¹
Politeknik Tiara Bunda

ABSTRAK

Latar Belakang : Pijatan merupakan tindakan instingtif untuk meringankan sakit, letih, lesu terlebih apabila dilakukan oleh seorang ibu tentang anaknya. Pijat merupakan bentuk dari terapi sentuh yang berfungsi sebagai salah satu teknik pengobatan penting. Sebagian besar balita masih mengalami kesulitan makan dan pijat dan dianggap efektif dalam mengatasi kesulitan makan pada balita. Suatu hal yang sangat menarik pada penelitian pijat adalah mekanika dasar pemijatan

Tujuan Penelitian : Untuk mengetahui pengaruh pemberian pijat bayi menggunakan minyak kelapa terhadap berat badan pada Balita stunting di Puskesmas Bantargadung Tahun 2021.

Metode Penelitian :

Rencana Penelitian ini menggunakan penelitian pre-eksperimental dengan tipe desain one group pre-test dan post-test. Jenis ini mengungkapkan hubungan sebab akibat ketika sekelompok orang terlibat. Dengan sampel sebanyak 62 responden. Instrument penelitian menggunakan lembar observasi

Hasil Penelitian :

sebagian besar dengan jenis kelamin laki – laki untuk balita yang di pijat sebesar 51,6%. Untuk bayi yang tidak di pijat sebesar 54,8% merupakan berjenis kelamin Laki – Laki. ada kenaikan berat badan bayi setelah dilakukan pijat bayi dengan menggunakan minyak kelapa yaitu sebesar 11 responden (35,6%). Selain itu, ada peningkatan juga sebesar 9 responden (22,6%) mengalami peningkatan berat badan pada balita stunting. nilai $P=0,004$ ($P<0,05$), dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh antara pijat bayi dengan kenaikan berat badan pada balita stunting

Simpulan : Ada pengaruh antara pijat bayi dengan kenaikan berat badan pada balita stunting dengan nilai P -Value sebesar 0,004.

Kata Kunci : Pijat Bayi, minyak Kelapa, Balita, Stunting

Pendahuluan

Stunting dan kekurangan gizi lainnya yang terjadi pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan tidak hanya menyebabkan hambatan pertumbuhan fisik dan meningkatkan kerentanan terhadap penyakit, tetapi juga mengancam perkembangan kognitif yang akan berpengaruh pada tingkat kecerdasan saat ini dan produktivitas anak di masa dewasanya. *Stunting* adalah kondisi dimana anak memiliki tinggi badan yang tidak sesuai dengan usianya, tetapi pendek tidak sama dengan *stunting* atau belum tentu *stunting*. *Stunting* merupakan masalah gizi kronis pada balita yang ditandai lebih rentan terhadap penyakit dan berisiko untuk mengidap penyakit degeneratif, dampak *stunting* tidak hanya pada segi kesehatan tapi juga mempengaruhi kecerdasan (Kemenkes RI, 2022).

Stunting atau sering disebut pendek adalah kondisi gagal tumbuh akibat kekurangan gizi kronis dan stimulasi psikososial serta paparan infeksi berulang terutama dalam 1.000 Hari Pertama Kehidupan, yaitu dari janin hingga anak berusia dua tahun. Anak tergolong *stunting* apabila panjang atau tinggi badannya berada di bawah minus dua standar deviasi (-2SD) anak seusianya. Anak *stunting* dipengaruhi oleh gizi buruk di dalam rahim dan anak usia dini, serta sering infeksi sebelum atau setelah lahir dan karena itu memiliki risiko lebih besar untuk sakit dan kematian. Riset menunjukkan bahwa anak-anak yang terhambat mungkin tidak pernah mencapai potensi tinggi mereka sepenuhnya dan memiliki kognitif yang buruk perkembangan yang mengarah

pada kinerja pendidikan yang kurang optimal dan berkurangnya kapasitas intelektual, motorik dan pembangunan sosial ekonomi (Kemenkes RI, 2022).

Prevalensi *stunting* di dunia pada anak usia dibawah 5 tahun sebesar 21,3%. Hal ini menunjukkan bahwa secara global pada tahun 2019 sekitar 144 juta anak usia dibawah 5 tahun menderita *stunting* dengan kisaran dua pertiga di antaranya tinggal di Afrika dan wilayah Asia Tenggara (WHO, 2020). Kementerian Kesehatan mengumumkan bahwa prevalensi *stunting* di Indonesia turun dari 24,4% di tahun 2021 menjadi 21,6% di 2022 (Kemenkes RI, 2022). Prevalensi *stunting* di provinsi Jawa Barat ada penurunan

dari 24,5% Tahun 2021 menjadi 20,2% di Tahun 2022, artinya ada penurunan sebesar 4,3% (Kemenkes, 2022). Kabupaten Sukabumi menargetkan untuk kejadian *stunting* yaitu sebesar 5%. Lokus *stunting* yang terjadi di wilayah Kabupaten Sukabumi untuk tercapainya target bahwa angka kejadian *stunting* harus berada di angka <5% selama periode waktu 5 tahun. Sedangkan menurut SSGI tahun 2021 *Stunting* di Kabupaten Sukabumi yaitu 24,2% dan pada tahun 2022 menjadi 27,5% artinya mengalami kenaikan 3,3% (Kemenkes RI, 2022).

Pencegahan *stunting* harus dilakukan sejak dini, bahkan sejak masa kehamilan. Pencegahan *stunting* yang sudah dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Bantargadung yaitu beberapa kegiatan preventif yang dilaksanakan dengan berkoordinasi dengan lintas program dan lintas sektor. Selain itu, kegiatan dalam rangka penurunan *stunting* yaitu adanya kegiatan inovatif TIM *Reccicng* dalam percepatan penurunan *stunting* khususnya di wilayah kerja puskesmas Bantargadung. selain itu, instansi di luar kesehatan juga membantu dalam penurunan *stunting* yaitu untuk dinas pertanian adanya pembagian beras, pembagian telur untuk dinas peternakan (Profil Gizi Puskesmas Bantargadung, 2023).

Ada beberapa mekanisme yang dapat menerangkan bahwa dasar pijat, antara lain pengeluaran *beta endorphin*, aktivitas nervus vagus, dan produksi serotonin. Dengan teori ini maka Pijat dapat meningkatkan daya tahan tubuh untuk mencegah penyakit berulang. (Satu, 2012). Metode pemijatan yang dilakukan pada Balita *stunting* adalah metode bioakupressur dengan cara melakukan penekanan pada titik tertentu disertai penarikan antar sendi dan pengaturan nafas, sehingga meningkatkan nafsu makan, meningkatkan kualitas tidur dan daya tahan tubuh sehingga mempercepat pertumbuhan tinggi badan.

Berkaitan dengan paparan diatas belum ada penelitian apakah balita *stunting* yang sudah usia 2 tahun jika dilakukan pijat dengan metode bioakupressur disertai minyak kelapa murni dapat meningkatkan pertumbuhan tinggi badan, karena program lebih menekankan pada 1000 hari kehidupan sedangkan anak balita mengalami kesulitan makan pada usia 1-3 tahun sementara pertumbuhan masih bagus usia 2 - 5 tahun walau tidak sepesat usia 0-2 tahun

(Hardinsyah., dan Supriasa, 2017). Hal inilah menjadi pembeda penelitian ini dengan penelitian lain yang telah dilakukannya.

Metode

Penelitian ini termasuk kedalam jenis penelitian kuantitatif dengan rencana penelitian eksperimental atau suatu pendekatan ilmiah terhadap rencana penelitian dimana terdapat satu atau lebih variable terkait yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu guna untuk mengukur efeknya dengan melakukan pengamatan dan pencatatan dalam waktu tertentu sehingga dapat diambil kesimpulan. (Sugiyono, 2019).

Rencana Penelitian ini menggunakan penelitian *pre-eksperimental* dengan tipe desain *one group pre-test dan post-test*. Jenis ini mengungkapkan hubungan sebab akibat ketika sekelompok orang terlibat. Kelompok subyek diobservasi sebelum dilakukan perlakuan (*pretest*), kemudian diobservasi kembali setelah diberikan perlakuan (*posttest*)

Hasil dan Pembahasan

Setelah dilakukan pengumpulan data primer dan data sekunder tentang pengaruh pemberian pijat bayi menggunakan minyak kelapa terhadap kenaikan berat badan pada Balita stunting di Puskesmas Bantargadung Tahun 2021 terhadap 62 responden. Adapun jumlah sampel penelitian sendiri berdasarkan hasil perhitungan rumus didapatkan hasil sejumlah 62 responden di mana jumlah sampel masing-masing data baik untuk balita stunting yang diberikan perlakuan pijat bayi dengan balita stunting yang tidak diberikan perlakuan pijat bayi masing- masing berjumlah 31 sampel penelitian. Selanjutnya, dari masing- masing data tersebut dibuatkan tabel karakteristik responden penelitian yang dikategorikan menurut umur dan jenis kelamin. Hasil penelitian ini di analisa dengan analisa univariat dan analisa bivariat serta disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dalam bentuk tabel silang seperti dibawah ini

1. Analisa Univariat

a. Distribusi frekuensi karakteristik balita stunting di Puskesmas Bantargadung Tahun 2021

Tabel 4.1 Distribusi frekuensi karakteristik balita stunting di Puskesmas Bantargadung Tahun 2021

Tabel 4.1 Distribusi frekuensi karakteristik balita stunting di Puskesmas Bantargadung Tahun 2021

No	Karakteristik Responden	Dipijat		Tidak Dipijat		
		f	%	f	%	
1	Jenis Kelamin					
	Laki – Laki	16	51,6	17	54,8	
	Perempuan	15	48,4	14	45,2	
	Jumlah	31	100	31	100	
2	Usia	1 Tahun	0	0	1	3,2
		2 Tahun	11	35,5	26	83,8
		3 Tahun	9	29	3	9,8
		4 Tahun	11	35,5	1	3,2
		Jumlah	31	100	31	100

Berdasarkan hasil tabel di atas dapat dilihat bahwa sebagian besar dengan jenis kelamin laki – laki untuk balita yang di pijat sebesar 51,6%. Untuk bayi yang tidak di pijat sebesar 54,8% merupakan berjenis kelamin Laki – Laki. Sedangkan untuk usia, sebagian besar berada pada usia 2 tahun dan 4 tahun untuk balita yang di pijat. Sedangkan balita yang tidak dipijat sebesar 83,8 % dengan usia 2 tahun.

b. Distribusi frekuensi berat badan bayi sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi dengan minyak kelapa di Puskesmas Bantargadung Tahun 2021

Tabel 4.2 Distribusi frekuensi berat badan bayi sebelum dan sesudah diberikan pijat bayi dengan minyak kelapa di Puskesmas Bantargadung Tahun 2021

No	Variabel	N	%	
1	Peningkatan Berat Badan Bayi dengan di Pijat			
	Sebelum	10	32,2	
	Sesudah	21	67,8	
	Jumlah	31	100	
2	Peningkatan Berat Badan Bayi tidak dilakukan Pijat bayi	Sebelum	12	38,7
		Sesudah	19	61,3
		Jumlah	31	100

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa ada kenaikan berat badan bayi setelah dilakukan pijat bayi dengan menggunakan minyak kelapa yaitu sebesar 11 responden (35,6%). Selain itu, ada peningkatan juga sebesar 9 responden (22,6%) mengalami peningkatan berat badan pada balita stunting.

2. Analisa Bivariat

Dari data yang di peroleh kemudian di lakukan uji normalitas untuk mengetahui persebaran data berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas yang digunakan untuk mengetahui sebaran data hasil pretest dan posttest adalah uji normalitas dengan Kolmogorov Smirnov.

Dengan hipotesis, jika $p\text{-value} < \alpha = 0.05$ berarti terdapat perbedaan yang signifikan, dan jika $p\text{-value} > \alpha = 0.05$ maka tidak terjadi perbedaan yang signifikan. Penerapan pada uji Kolmogorov Smirnov adalah bahwa jika signifikansi $p\text{-value} < \alpha = 0.05$ berarti data yang akan diuji mempunyai perbedaan yang signifikan dengan data normal baku, berarti data tersebut tidak berdistribusi normal. Jika signifikansi $p\text{-value} > \alpha = 0.05$ maka berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara data yang akan diuji dengan data normal baku. Dapat di asumsikan bahwa data tersebut berdistribusi normal.

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Dilakukan Pijat Bayi	Tidak dilakuka n pijat bayi	Kenaikan berat badan sebelum dilakukan pijat bayi	Kenaikan berat badan setelah dilakukan pijat bayi
N		31	31	31	31
Normlitas	Mean	58,5938	85,1563	54,5313	70,9375
Parameters					
	Std. Deviation	11,0887	12,7930	12,7861	10,2734
Most Extreme	Absolute	.137	.153	.140	.130
Differences	Positive	.137	.113	.093	.130
	Negative	-.133	-.153	-.140	-.120
Kolmogorov-Smirnov Z		.775	.868	.790	.736
Asymp.	Sig.	.585	.439	.561	.651
(2-tailed)Kolmogorov-Smirnov Z					

Analisa bivariat akan menguraikan ada tidaknya perbedaan rata-rata berat badan bayi setelah dilakukan Pijat bayi pada kelompok eksperimen. Analisa bivariat dilakukan untuk membuktikan hipotesis yang telah dirumuskan. Uji bivariat yang digunakan adalah uji paired T test dan Independent sample T test. Apabila $P > 0,05$ maka dapat disimpulkan ada pengaruh antara pijat bayi dengan menggunakan minyak kelapa terhadap kenaikan berat badan pada balita stunting.

Tabel 4.3 pengaruh pemberian pijat bayi menggunakan minyak kelapa terhadap berat badan pada Balita stunting di Puskesmas Bantargadung Tahun 2021

Variabel	N	P Value
berat badan dengan dilakukan pijat bayi	31	0,004
Berat badan tidak dilakukan pijat bayi	31	

Berdasarkan hasil analisa tabel diatas dapat disimpulkan bahwa setelah dilakukan uji signifikan menggunakan uji *paired T test* terhadap perbandingan berat badan bayi sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi menggunakan minyak kelapa didapatkan adanya pengaruh atau perubahan yang

signifikan dengan nilai $P=0,004$ ($P<0,05$), dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh antara pijat bayi dengan kenaikan berat badan pada balita stunting.

Pembahasan

Responden yang diberikan perlakuan *baby massage* dilakukan pemijatan 15 menit setiap minggu nya selama 2x seminggu dalam kurun waktu 2 minggu. Penimbangan awal berat badan bayi dilakukan saat sebelum bayi mendapatkan perlakuan *baby massage* dan penimbangan selanjutnya dilakukan setiap satu minggu sekali pada saat setelah pemberian *baby massage* di tiap minggunya sehingga hasil pertumbuhan berat badan bayi dapat diketahui apabila terdapat kenaikan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata berat badan bayi sesudah dilakukan intervensi (pijat bayi) yaitu mengalami peningkatan berat badan bayi. Responden yang diberikan perlakuan pijat bayi dilakukan pemijatan selama 15 menit setiap harinya selama 10 hari. Penimbangan awal berat badan bayi dilakukan saat sebelum si bayi mendapatkan pijat bayi dan penimbangan selanjutnya dilakukan di akhir bulan. Setelah pemberian pijat bayi di tiap minggunya, hasil perkembangan berat badan bayi dapat diketahui apakah terdapat kenaikan, tetap atau justru terjadi penurunan. Hasil data yang diperoleh menunjukkan bahwa, rata-rata berat badan bayi setelah diberikan perlakuan pijat bayi setiap harinya rata-rata mengalami kenaikan berat badannya. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian pijat bayi adalah suatu bentuk alternatif terbaik dan murah dalam upaya menaikkan berat badan bayi secara lebih optimal, dengan catatan. Hal ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Daniati (2018) tentang pijat bayi terhadap peningkatan berat badan neonatus yang dilakukan selama 3 kali dalam 10 hari dimana terdapat perbedaan berat badan yang signifikan.

Berdasarkan hasil analisa tabel diatas dapat disimpulkan bahwa setelah dilakukan uji signifikan menggunakan uji *paired T test* terhadap perbandingan berat badan bayi sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi menggunakan minyak kelapa didapatkan adanya pengaruh atau perubahan yang signifikan dengan nilai $P=0,004$ ($P<0,05$), dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh antara pijat bayi dengan kenaikan berat badan pada balita stunting.

Peningkatan berat badan bayi tersebut tentunya sangat dipengaruhi oleh pemberian pijat bayi yang diberikan secara kontiniu. Pada dasarnya bayi yang dipijat akan mengalami peningkatan kadar enzim penyerapan dan insulin sehingga penyerapan terhadap sari makanan pun menjadi lebih baik. Hasilnya, bayi menjadi cepat lapar dan karena itu lebih sering menyusu sehingga meningkatkan produksi ASI (Suparyanto 2017). Pemijatan juga meningkatkan mekanisme penyerapan makanan oleh nervus vagus sehingga nafsu makan bayi juga akan meningkat yang dapat secara langsung meningkatkan berat badan bayi (Syaukani, 2018).

Aktifitas pemijatan akan meningkatkan aktifitas *neurotransmitter serotonin*, yaitu meningkatkan kapasitas sel reseptor yang berfungsi meningkatkan *glucocorticoid* (adrenalin, suatu hormon stres). Proses ini akan menyebabkan terjadinya penurunan kadar hormon adrenalin (hormon stres) penurunan kadar hormon stres ini akan meningkatkan daya tahan tubuh, terutama IgM dan IgG. Pijat bayi akan membuat bayi tidur lebih lelap dan meningkatkan kesiagaan (*alertness*) atau konsentrasi. Hal ini dikarenakan pijatan yang baik dapat mengubah gelombang otak. Perubahan ini terjadi dengan cara menurunkan gelombang alpha dan meningkatkan gelombang beta serta tetha yang dapat dibuktikan dengan penggunaan EEG (*electro encephalogram*) (Syaukani, 2015).

Hal ini juga didukung oleh teori yang dikemukakan Hidayati (2018) dimana ada perubahan berat badan yang lebih tinggi pada bayi yang dipijat, dapat pula disebabkan proses pemijatan yang meningkatkan pelepasan hormon pertumbuhan. Penelitian pijat bayi menunjukkan adanya peningkatan hormon kotekolamin (*epinefrin dan norepinefrin*) yang akan memacu pertumbuhan pada bayi. Pemacuan syaraf vagus ini juga akan memacu hormon absorpsi atau penyerapan makanan seperti insulin dan gastrin, dimana kedua hormon tersebut akan meningkatkan absorpsi makanan dan bayi akan merasa cepat lapar dengan demikian akan meningkatkan berat badan secara bermakna.

Terapi pijat berpengaruh terhadap peningkatan berat badan bayi yang dilakukan sendiri oleh ibu. Manfaat lain setelah dilakukan pemijatan membuat bayi nyaman (relaksasi) dan mengantuk (cepat tertidur). Kebanyakan bayi

tidur dalam waktu lama setelah pemijatan. Selain lama, bayi tidur lebih lelap (tenang), tidak rewel, pola tidur lebih baik dan meningkatkan kesiagaan saat bangun (Irva, 2018).

Peningkatan berat badan bayi bayi dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yang pertama adalah faktor genetik yang berasal dari keturunan orang tua bayi, seperti tinggi badan dan sifat. Faktor kedua adalah lingkungan tempat tumbuh kembang bayi, yang mencakup asupan gizi, penyakit, psikologis, sosial ekonomi, serta obat-obatan. Bayi yang tidak terjangkit penyakit dan mendapatkan asupan gizi terpenuhi cenderung memiliki pertumbuhan yang baik, yang didukung dengan kondisi sosial ekonomi yang baik serta pendapat dukungan secara psikologis dari lingkungan sekitar (Dewi, 2016 dan Proverawati, 2009).

Peneliti berasumsi bahwa terjadinya kenaikan berat badan bayi pada kelompok yang diberikan pijat bayi disebabkan karena adanya rangsangan yang dilakukan melalui sentuhan. Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Roesli (2016) yang mengatakan bahwa dengan dilakukan pemijatan bayi merangsang aktivitas nervus vagus, di mana saraf ini (saraf otak ke-10) yang akan menyebabkan peningkatan kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin, sehingga penyerapan makan akan lebih baik serta peristaltik usus dan pengosongan lambung meningkat yang dapat merangsang nafsu makan bayi. Lalu terjadi peningkatan *neurochemical beta* dan produksi *growth hormone*.

Kesimpulan

1. Sebagian besar berjenis kelamin laki laki untuk balita dan usia 2 tahun untuk balita yang dilakukan pijat menggunakan minyak kelapa maupun tidak dipijat.
2. Berat badan bayi sebelum dilakukan pijat bayi dengan menggunakan minyak kelapa yaitu sebesar 10 responden (32,2%).
3. Ada kenaikan berat badan bayi setelah dilakukan pijat bayi dengan menggunakan minyak kelapa yaitu sebesar 11 responden (35,6%). Selain itu, ada peningkatan juga sebesar 9 responden (22,6%) mengalami peningkatan berat badan pada balita stunting.

4. Ada pengaruh antara pijat bayi dengan kenaikan berat badan pada balita stunting dengan nilai P-Value sebesar 0,004.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih terutama ditujukan kepada pemberi dana penelitian atau donatur. Ucapan terima kasih dapat juga disampaikan kepada pihak-pihak yang membantu pelaksanaan penelitian.

Daftar Pustaka

Adiputra. Metodologi Penelitian Kesehatan. Denpasar : Yayasan Kita Menulis ; 2021.

Adriani, Prasanti. Stunting Pada Anak. Kota Padang : Global Maida Sahara. 2022

Atikah Rahayu. Stunting dan Upaya Pencegahannya. In S. K. Hadianor (Ed.), Buku stunting dan upaya pencegahannya. CV Mine. 2021

Hidayanti Desi. 2018. "Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Pertumbuhan Bayi Baru Lahir di Puskesmas Kota Bandung". *Jurnal Kebidanan. Vol 4, No.4*

Supriasa IDN, Bakri B, Fajar I. Penilaian Status Gizi Jakarta: EGC; 2020

Soliman, N. Early and long-term consequences of nutritional stunting: From childhood to adulthood. *Acta Biomedica*. 2021

Susilowati, Kuspriyanto. Gizi dalam Daur Kehidupan. Bandung: PT Refika Aditama; 2019

Marmi and Rahardjo, K. Asuhan Neonatus, Bayi, Balita dan Anak Prasekolah. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2019

Kementerian Kesehatan RI. Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI). Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. 2022

United Nations Children's Fund, World Health Organization. Levels and Trends in Child Malnutrition: Key Findings of The 2018. 2018

Sugiyono. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta. 2019

Kusnanto. Stunting. Yogyakarta : Husada Mandiri. 2018

Prawiroharjo, Sarwono. 2009. *Buku Acuan Kesehatan Maternal Neonatal*. Jakarta: PT.Bina Pustaka

Rosalina, I. 2017. *Fisiologis Pijat Bayi*. Bandung: Trikarsa Multi Media dan Johnson & Johnson Indonesia

Roesli, Utami. 2013. *Pedoman Pijat Bayi*. Jakarta: Trubus Agrowida

Saadah N. Modul deteksi dini pencegahan dan penanganan stunting. Surabaya: Scopindo Media Pustaka; 2020